

Управление образования администрации города Тулы
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр внешкольной работы»

Принято
педагогическим советом
протокол № 1
от «30» августа 2017 г.



«Сверждаю»
Директор Л.Н. Краснова
Приказ № 106-а от «31» августа 2017г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
«РУКОДЕЛЬНИЦА»**

Направленность: художественная
Срок реализации: 3 года

Хабарова Наталия Владимировна,
педагог дополнительного образования

г. Тула – 2017 г.

«Не учишь безделью, а учишь рукоделью».
Русская поговорка.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Данная программа имеет художественную направленность.

Актуальность программы:

Государственные образовательные стандарты, принятые 1 марта 2012 года, выдвигают в качестве приоритетной проблему развития творчества, мышления, способствующего формированию разносторонне развитой личности, отличающейся неповторимостью, оригинальностью.

Цель дополнительного образования - становление духовного мира ребенка, создание условий для формирования внутренней потребности личности в непрерывном совершенствовании своих творческих возможностей.

Представленная программа имеет художественную направленность, предполагает изучение техники вязания крючком (тамбурного вязания), а также основ работы с бумагой и картоном, фелтинга (работы с шерстью), с природным и бросовым материалом. Подобное разнообразие позволяет познакомить учащихся с существующими видами рукоделия, помочь с выбором наиболее интересного вида творчества и творческой самореализацией. Также данное содержание позволяет максимально разнообразить творческую деятельность учащихся, в результате поддерживается интерес к занятиям, не наступает переутомление. Владение комплексом знаний, умений и навыков по данным видам творчества раскрывает перед учащимися многогранные аспекты мира искусства. Перечисленные виды творчества требуют разного уровня развития способностей учащихся, что обуславливает определенный порядок знакомства с ними.

Вязание крючком в программе занимает наибольший объем часов в учебно-тематическом плане.

Вязание крючком - один из древнейших видов рукоделия. Существует предположение, что он возник на севере Африки, о чем до сих пор напоминает название тунисского способа, т.е. вязания длинным крючком. По другой версии, данный вид прикладного творчества возник самостоятельно в различных регионах, а толчком к этому послужило развитое мастерство плетения сетей. Интересно, что раньше вязание было исключительно мужским занятием, а сам инструмент выглядел как ровная палочка. В России вязание крючком получило распространение с конца XIX в. Заниматься им стали женщины, которые собирались на посиделки. Мастерицы вязали преимущественно кружева, заимствуя для них узоры из народной вышивки крестом и ткачества.

Изготовление игрушек и поделок из бумаги и картона – увлекательное и очень приятное занятие. Работа с бумагой и картоном оказывает большое внимание на умственное развитие учащихся, на развитие их мышления, внимания. Изготовление поделок из бумаги и картона способствует развитию личности учащихся, воспитанию их характера. Создание поделки требует определенных волевых усилий. Постепенно у детей формируются такие качества, как целеустремленность, настойчивость, умение доводить начатое дело до конца. Бумага и картон – самые распространенные и доступные в обработке материалы, при работе с которыми закладываются основы графической грамотности. Учащиеся получают общее представление о техническом рисунке, учатся понимать простейшие чертежи (эскизы) и выполнять по ним разметку.

Работа с природным и бросовым материалом таит в себе большие возможности сближения ребенка с родной природой, воспитания бережного, заботливого отношения к ней. Занимаясь конструированием из данных видов материала, дети знакомятся с разнообразием природы и развивают способность нестандартно мыслить.

Работа с шерстью (фелтинг, или валяние) — это особая техника рукоделия, в процессе которой из шерсти для валяния с помощью иголок для валяния (сухое валяние) или воздействием горячего мыльного раствора и трения (мокрое валяние) создаётся рисунок на ткани или войлоке, объёмные игрушки, панно, декоративные элементы, предметы одежды или аксессуары. Сорта войлока, изготавливаемые из тонкого пуха кроликов или коз, известны под названием фетр.

Люди обнаружили способность шерсти сваливаться около 8000 лет назад. Для валяния использовали найденные остатки шерсти животных. После одомашнивания мелкого рогатого скота стало возможным использовать состриженную шерсть животных. В XVI веке появились первые мастерские по изготовлению войлока. В XIX веке изобрели валяльные прессы и валяльные машины. Валка происходила посредством сдавливания и прокатывания шерсти или при механическом воздействии специальных иголок, которые спутывали шерстяные волокна. Сухое валяние применяется для создания объёмных изделий — игрушек, бижутерии, фигурок, авторских кукол, а также нанесения рисунков и узоров на войлок, фетр и предварительно сваленные поделки. Мокрое валяние подходит для изготовления панно, одежды, полотен, одним словом, плоских изделий.

Занятия декоративно-прикладным творчеством особенно важны для формирующегося детского организма, т.к. способствуют развитию мелкой моторики, координации движений рук, а через это благотворно влияют на формирование центральной нервной системы в целом. Также развиваются положительные личностные качества: усидчивость, аккуратность, творческая фантазия, трудолюбие и т.д. В процессе занятий воспитывается доброжелательное отношение к людям, способность работать в коллективе.

Новизна программы в том, что обучение владению крючком происходит во взаимосвязи с другими видами декоративно-прикладного творчества, такими, как работа с бумагой, аппликация, работа с шерстью, фетром, что значительно расширяет творческий потенциал детей, их возможности для творчества. Работа с природным материалом таит в себе большие возможности сближения ребенка с родной природой, воспитания бережного, заботливого отношения к ней.

По сравнению с типовой программой по трудовому обучению в общеобразовательных школах данная программа обладает рядом преимуществ:

- расширены объём и количество изучаемых тем по данным видам рукоделия;
- наличие у детей права выбора понравившейся модели с учетом их возрастных, индивидуальных, творческих, а также материальных возможностей;
- при разновозрастном составе группы организация обучения осуществляется с использованием различных методов и форм работы (коллективных, групповых, индивидуальных);
- включение в программу темы «Развивающие игры» способствует скорейшей адаптации детей в коллективе, раскрытию их личностных качеств.

Цель программы:

- способствовать формированию устойчивого познавательного и практического интереса учащихся к различным видам декоративно-прикладного творчества;
- создать условия для развития творческого мышления и эстетического развития подрастающего поколения;
- способствовать жизненному самоопределению обучающихся.

Задачи программы:

Личностные:

- формировать общественную активность, гражданскую позицию, культуру общения и поведения с родителями и в социуме, воспитывать уважительные отношения между членами коллектива;
- способствовать формированию объективной самооценки учащихся (чувства собственного достоинства и самоуважения);
- воспитывать в детях трудолюбие, усидчивость, аккуратность, наблюдательность
- прививать навыки здорового образа жизни.

Метапредметные:

- способствовать развитию интереса к народному творчеству и традициям русской культуры;
- способствовать развитию природных задатков, творческого потенциала каждого ребенка, его фантазии и наблюдательности;
- развивать потребность к творческому труду, стремление преодолевать трудности, добиваться достижения поставленных целей;
- развивать мотивации к декоративно-прикладным видам творчества, потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности.

Образовательные (предметные):

- познакомить воспитанников с историей и современными направлениями развития декоративно-прикладного творчества;
- научить детей владеть различными техниками работы с инструментами, материалами и приспособлениями, необходимыми в работе;
- обучить правилам техники безопасности во время работы;
- обучить технологиям изучаемых видов рукоделия;
- обучить практическому применению в быту знаний, полученных на занятиях в объединении.

В основу программы положены следующие дидактические принципы:

- создание ситуации успеха для каждого ребенка, учет его индивидуально-психологических особенностей (темперамент, особенности восприятия и памяти, мышления). На занятиях педагогом предлагаются работы различной степени сложности, используется как опережающее обучение, так и упрощенные задания для медленно работающих детей;
- личностный подход, создание условий, при которых ученик чувствует себя личностью, ощущает внимание преподавателя лично к нему;
- принцип преемственности (принцип «от простого к сложному»);
- использование метода предметного обучения;
- принцип поощрения творчества;
- принцип достижения качества;
- принцип самостоятельного поиска художественного решения изготовления изделия;

Особенности организации ОП - очно.

Объём программы: 432 часа.

Режим работы: рассчитана на 3 года обучения:

1 год обучения – 144 часа.

2 год обучения – 144 часа.

3 год обучения – 144 часа.

Возраст детей: 8 - 15 лет (в индивидуальных случаях, в зависимости от степени подготовки ребенка – от 7 лет).

Возрастные и психологические особенности детей:

8-9 лет.

Характерными чертами для данного возраста являются: подвижность, любознательность, конкретность мышления, большая впечатлительность, подражательность, неумение долго концентрировать внимание. Преобладает произвольное внимание. Произвольность познавательных процессов возникает на пике волевого усилия и возможно благодаря высокой мотивации.

Наиболее значимыми мотивами обучения являются:

- «потребности во внешних впечатлениях», которые реализуются при участии взрослого, его поддержке и одобрении, что способствует созданию климата эмоционального благополучия;
- познавательная потребность, выражающаяся в желании приобретать новые знания;
- потребность в общении, принимающая форму желания выполнять важную общественно значимую деятельность, имеющую значение не только для него самого, но и для окружающих взрослых.

9-10 лет.

Дети 9-10 лет отличаются большой жизнерадостностью, внутренней уравновешенностью, постоянным стремлением к активной практической деятельности. Эмоции занимают важное место в психике этого возраста. Дети дружелюбны, легко вступают в общение. Для них все большее значение начинают приобретать оценки их поступков не только со стороны старших, но и сверстников. Их увлекает совместная коллективная деятельность. Они легко и охотно выполняют поручения и не безразличны к той роли, которая им при этом выпадает (ощущение ответственности и доверия). Неудача вызывает резкую потерю интереса к делу, а успех сообщает эмоциональный подъем. Далекое цели и неконкретные поручения не вызывают интереса. Их захватывают игры, содержащие тайну, приключения, поиск, они весьма расположены к эмоционально окрашенным обычаям жизни.

Ведущие виды деятельности:

- игра в ее наиболее развернутой форме: предметная, сюжетно-ролевая, драматизация. Ролевая игра выступает как деятельность, в которой происходит ориентация ребенка в самых общих и основных сферах человеческой деятельности;
- учебная деятельность как ведущая в умственном развитии детей младшего школьного возраста, т.к. через нее отрабатывается система отношений ребенка с окружающими взрослыми.

11-12 лет.

Резко возрастает значение коллектива, его общественного мнения, отношений со сверстниками, оценки ими его поступков и действий. Ребенок стремится завоевать в их глазах авторитет, занять достойное место в коллективе. Заметно проявляется стремление к самостоятельности и независимости, возникает интерес к собственной личности, формируется самооценка, развиваются абстрактные формы мышления.

В этом возрасте дети склонны к творческим играм, где можно проверить волевые качества: выносливость, настойчивость, выдержка.

13-15 лет.

Складываются собственные моральные установки и требования, которые определяют характер взаимоотношений со старшими и сверстниками. Появляется способность противостоять влиянию окружающих, отвергать те или иные требования и утверждать то, что они сами считают несомненным и правильным. Дети начинают обращать эти требования и к самим себе. Они способны сознательно добиваться поставленной цели, готовы к сложной деятельности, включающей в себя и малоинтересную подготовительную работу, упорно

преодолевая препятствия. Настойчивее начинают требовать от старшего уважения своих взглядов и мнений и особенно ценят серьезный, искренний тон взаимоотношений.

Уровень сложности освоения программы: базовый.

Планируемые результаты освоения программы

По прохождении данной программы *обучающийся* должен:

- знать виды декоративно-прикладного творчества и их историю;
- знать теоретические основы вязания крючком;
- обладать практическими умениями, необходимыми в рукоделии;
- владеть основными приемами работы с бумагой, картоном, шерстью, природным материалом;
- уметь передавать в своей работе выразительность образа, выбирать наиболее подходящие для воплощения замысла техники;
- иметь устойчивый интерес к декоративно-прикладному творчеству;
- быть социально-адаптированной к современным условиям личностью;
- участвовать в выставках, конкурсах, ярмарках декоративно-прикладного творчества.

Обучающийся приобретёт следующие компетенции:

- ценностно – смысловые (формирование ответственности, совести, чести, достоинства, способности отвечать за свои поступки, то есть учиться жить вместе в одном коллективе);

- учебно – познавательные и социально-трудовые, среди которых выделяются:

когнитивный компонент – овладение знаниями азбуки вязания, специфической грамотой (системой символов и условных обозначений для записи схем узоров);

мотивационно - ценностный компонент – формируется установка на постоянное самообразование и самовоспитание;

социальный и креативный компоненты – обучающиеся приобретают навыки организаторской деятельности, вместе с педагогом ищут новые творческие подходы при создании изделий; учатся познавать, уметь действовать и ориентироваться в разных жизненных ситуациях;

- общекультурные и информационные (ознакомление с видами и техниками творчества, распространенными в различных странах, использование учащимися при подготовке к занятиям и в процессе выполнения работ информационных технологий);

- коммуникативные компетенции и компетенции личностного самосовершенствования (уверенность в себе, желание не останавливаться на достигнутом);

- компетенции здоровьесбережения (выработка правильной посадки, положения используемых инструментов в руках, использование упражнений для снятия утомления с различных групп мышц).

Обучающийся будет знать и уметь (ЗУН):

1 год обучения:

Дети должны знать:

- названия и условные обозначения основных приемов вязания и работы с используемым материалом;
- названия применяемых инструментов и материалов;
- правила ТБ;

Дети должны уметь:

- организовать свое рабочее место;
- правильно пользоваться крючком, сантиметровой лентой, булавками, ножницами;
- подбирать размер крючка, соответствующий имеющейся пряже;
- выполнять изученные приемы вязания, знать их условные обозначения;
- прибавлять и убавлять петли;
- читать несложные схемы;
- правильно пользоваться трафаретами;
- аккуратно вырезать детали различной формы;

- выполнять поделки из природного и бросового материала.

2 год обучения:

Дети должны знать:

- виды и свойства пряжи для вязания и плетения;
- особенности выполнения различных приемов вывязывания узоров;
- технологию изготовления вязаных изделий;
- правила ТБ.

Дети должны уметь:

- правильно организовывать свое рабочее место;
- экономно размечать материал с помощью шаблонов, линейки, угольника;
- читать схемы по вязанию крючком;
- самостоятельно выполнять работу средней степени сложности, используя ее описание.

3 год обучения:

Дети должны знать:

- особенности выполнения различных приемов вывязывания узоров, предусмотренных программой;
- технологию изготовления вязаных изделий;
- правила ТБ.

Дети должны уметь:

- правильно организовывать свое рабочее место и поддерживать на нем порядок во время работы;
- выполнять основные приемы вязания крючком;
- самостоятельно планировать и организовывать свой труд;
- контролировать правильность выполнения своей работы;
- выполнять работы, созданные различными видами рукоделия.

Планируемые результаты согласно уровню освоения программы:

<i>Уровень</i>	<i>Результативность</i>
Базовый (общекультурный)	Освоение ОП; Участие в общегородских и региональных мероприятиях не менее 30% обучающихся; Число победителей и призёров в них не менее 40% обучающихся.

Особенности организации образовательного процесса:

Освоение дополнительной общеразвивающей программы «Рукодельница» предусматривает вовлечение родителей обучающихся в образовательный процесс, проведение совместных занятий с целью лучшего усвоения новых тем (особенно для детей младшего возраста и низкой степени усвоения материала) при создании коллективных работ и проведении различных мероприятий.

Программа «Рукодельница» предусматривает возможность проведения занятий для обучающихся разных возрастов, объединенных в группы в соответствии с уровнем ЗУН.

Также данная программа предусматривает занятия в одной группе детей различных лет обучения (по принципу малокомплектной школы).

**КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ.
Учебный план первого года обучения.**

№ п / п	наименование темы	всего часов	теория	практика	формы аттестации и контроля
I.	Вводное занятие.	2	2	-	Практическое тестирование.
II.	Вязание крючком.	94	18	76	Зачётная работа.
III.	Работа с бумагой и картоном.	12	4	8	Зачётная работа.
IV.	Работа с природным и бросовым материалом.	16	4	12	Зачётная работа.
V.	Развивающие игры.	8	2	6	Педагогическое наблюдение.
VI.	Экскурсии.	2	2	-	Рейтинг понравившихся работ.
VII.	Аттестация обучающихся.	2	-	2	Практическое тестирование.
VIII.	Резерв.	8	-	-	
	Итого:	144	32	104	

Содержание учебного плана первого года обучения.

I. Вводное занятие

Первичное тестирование. Ознакомление с содержанием работы на учебный год, правилами работы в объединении. Инструктаж по ТБ. Просмотр готовых изделий. Значение декоративно-прикладного творчества. История развития ремесел.

Цели и задачи:

Познакомить учащихся друг с другом, способствовать раскрытию их интересов. Заинтересовать детей содержанием работы объединения, дать возможность увидеть перспективы своего развития. Заложить основу для безопасной работы в объединении.

Формы, методы, технологии:

Беседа, инструктаж, демонстрация готовых изделий.

II. Вязание

1. Подготовка к работе.

Выбор инструментов и пряжи. Полезные советы. Положение рук и крючка при вязании: способ «над рукой», «под рукой». Рекомендации для левшей.

Цели и задачи:

Рассказать о том, как правильно подбирать инструменты и пряжу. Научить правильному положению рук и крючка при работе в соответствии с доминирующей рукой.

Формы, методы, технологии:

Беседа, демонстрация различных видов пряжи и крючков, практическая работа.

2. Основные приемы вязания и техника их выполнения.

Образование I петли. Цепочка из воздушных петель. Петли подъема, ведущая петля.

Провязывание столбиков и их групп. Полустолбик без накида (соединительный столбик, глухая петля); столбик без накида; полустолбик с накидом; столбики с 1, 2,3 накидами;

пышный столбик; пико; рачий шаг.

Условные обозначения столбиков. Схема узора, ее значение, правила чтения схем.

Раппорт

узора. Определение необходимого количества петель подъема (поворотных петель).

Закрепление нити при окончании вязания.

Цели и задачи:

Научить учащихся вывязывать узоры из столбиков и их разновидностей.

Научить разбираться в условных обозначениях, читать несложные схемы узоров.

Объяснить, как определить необходимое количество петель подъема (поворотных петель).

Научить закреплять нить в конце работы.

Контрольно-практические задания:

Выполнить цепочку из воздушных петель.

Выполнить образцы узоров с использованием вышеперечисленных элементов вязания.

Формы, методы, технологии:

Беседа, объяснение, работа с литературой, мини-соревнования, игры на развитие личностных качеств, физкультминутки.

3. Способы вязания крючком.

Способы введения крючка: за переднюю или заднюю сторону цепочки, за обе стороны цепочки, под цепочку. Вязание прямого узорного полотна: прибавление и убавление петель - в середине и по краям детали. Круговое вязание по спирали. Вязание по кругу замкнутыми рядами. Многоугольники (квадрат, связанный от середины, пятиугольник).

Цели и задачи:

Объяснить учащимся различные способы введения крючка. Объяснить принцип вязания полотна в форме круга двумя способами: по рядам и по спирали.

Контрольно-практические задания:

Связать образцы узоров, используя различные способы введения крючка. Связать образцы узоров с прибавлением и убавлением петель. Выполнить вязание по кругу и по спирали

Формы, методы, технологии:

Беседа, объяснение, демонстрация образцов, работа с литературой, работа в творческих группах, физкультминутки.

4. Узоры и модели для ажурного вязания.

Узоры для ажурного вязания нитями средней толщины с использованием изученных приемов. Техника «Филе». Прямая филейная сетка. Правила вывязывания «открытых» клеток.

Цели и задачи:

Рассказать о технике «Филе», научить вязать прямую филейную сетку.

Контрольно-практические задания:

Выполнить образцы узоров. Связать прямую сетку.

Формы, методы, технологии:

Объяснение, демонстрация образцов, работа с литературой, работа по творческим группам, индивидуальная работа, игры на развитие творческих способностей, физкультминутки.

5. Узоры и модели для плотного вязания крючком.

Образцы одноцветных узоров. Простейшие цветные узоры (полосы) на основе изученных приемов вязания. Ввод нити нового цвета.

Цели и задачи:

Ознакомить детей с принципами вязания плотных одноцветных узоров. Научить выполнять простейшие цветные узоры. Объяснить правила ввода нити нового цвета.

Контрольно-практические задания:

Выполнить узоры по теме.

Формы, методы, технологии:

Объяснение, демонстрация образцов, работа с литературой, работа по творческим группам, индивидуальная работа, игры на развитие творческих способностей, физкультминутки.

6. Изделия, выполненные крючком.

- декоративные прихватки различной формы;
- сувениры (мячик, грибок, лягушонок, цветы и т.д.).

Цели и задачи:

Выполнение данных работ способствует закреплению теоретических знаний, полученных на занятиях. Лучшие из выполненных изделий экспонируются на выставках различного уровня.

Формы, методы, технологии:

Индивидуальная работа, консультации.

III. Работа с бумагой и картоном.**1. Подготовка к работе.**

История бумаги. Её виды. Значение бумаги. Переработка вторичного сырья, макулатура. Защита зеленых насаждений. Гофрированная (креповая) бумага, особенности работы с ней. Приемы работы с бумагой: разметка и измерение бумаги, разной по фактуре, плотности и цвету. Складывание листа бумаги пополам, приемом «гармошка». Использование шаблонов и правила работы с ними. Соединение бумажных деталей с помощью клея ПВА и клеящего карандаша.

Цели и задачи:

Обучить детей правильным приемам работы с бумагой и картоном. Научить работе с трафаретами. Научить создавать плоские поделки из отдельных деталей.

Контрольно-практические задания:

Выполнить поделки из бумаги и картона на основе представленных образцов и по индивидуальному проекту.

Формы, методы, технологии:

Рассказ, беседа, объяснение, демонстрация готовых образцов, индивидуальная и групповая работа, физкультминутки.

2. Изделия, выполненные из бумаги и картона..

- аппликации из бумаги и картона на различную тематику;
- поздравительные открытки

Цели и задачи:

Выполнение данных работ способствует закреплению теоретических знаний, полученных на занятиях.

Формы, методы, технологии:

Работа по образцу, индивидуальная работа, консультации.

IV. Работа с природным и бросовым материалом.**1. Подготовка к работе.**

Многообразие природного материала. Технология заготовки и хранения природного сырья, особенности работы с ним. Художественные приемы изготовления поделок из данных материалов. Создание плоских поделок.

Цели и задачи:

Познакомить детей с природным разнообразием, способствовать развитию у обучающихся бережного отношения к природе и нестандартного мышления на основе представленных образцов. Научить правилам заготовки и хранения природного сырья. Объяснить особенности работы с ним, закрепить на практике правила техники безопасности.

Контрольно-практические задания:

Выполнить поделки из природного и бросового материала.

Формы, методы, технологии:

Беседа, объяснение, демонстрация готовых изделий, групповая и индивидуальная работа, физкультминутки.

2. Изделия, выполненные из природного и бросового материала.

- аппликации из природных материалов различной тематики;

- несложные в исполнении объёмные поделки (лебедь, кактус, ёлочка и т.д.)

Цели и задачи:

Выполнение данных работ способствует закреплению теоретических знаний, полученных на занятиях.

Формы, методы, технологии:

Беседа, объяснение, демонстрация готовых работ, индивидуальная работа, консультации.

V. Развивающие игры.

- Игры на развитие личностных качеств (памяти, внимания, наблюдательности): «проверка памяти», «найди ошибку», «вспомни, не глядя», «цвет и форма», «составь слово».

- Игры на развитие логического мышления и координации движений рук: «логические задачи», «сложи из спичек».

- Игры на развитие творческих способностей: «косичка».

Цели и задачи:

Раскрыть и развить индивидуальные способности учащихся, сформировать положительные качества личности. Помочь учащимся развить свои интересы.

Формы, методы, технологии:

Объяснения, упражнения. Игры коллективные и индивидуальные

VI. Экскурсии

На выставки декоративно-прикладного творчества.

Цели и задачи:

познакомить с многообразием изделий, выполненных различными видами рукоделия.

Формы, методы, технологии: беседа с экскурсоводом, обсуждение работ, привлечших наибольшее внимание.

VII. Аттестация обучающихся.

Аттестация обучающихся. Подведение итогов работы за год. Практическое тестирование. Определение тем для изучения на новый учебный год. Поощрение самых активных членов кружка.

Цели и задачи:

Определить эффективность образовательного процесса, наметить план работы на новый учебный год с учетом пожеланий детей.

Формы, методы, технологии:

Представление собственных работ, практическое тестирование.

VIII. Резерв.Формы, методы, технологии:

Повторение изученного материала. Индивидуальная работа. Проведение экскурсий.

Учебный план второго года обучения.

№ п / п	наименование темы	всего часов	теория	практика	формы аттестации и контроля
I.	Вводное занятие.	2	2	0	Практическое тестирование.
II.	Вязание крючком.	98	20	78	Зачётная работа.
III.	Работа с бумагой и картоном.	12	4	8	Зачётная работа.
IV.	Работа с природным и бросовым материалом.	12	2	10	Зачётная работа.
V.	Развивающие игры.	8	2	6	Педагогическое наблюдение.
VI.	Экскурсии.	2	2	0	Рейтинг понравившихся работ.
VII.	Аттестация обучающихся.	2	0	2	Практическое тестирование.
VIII.	Резерв	8	-	-	
	Итого:	144	32	104	

Содержание учебного плана второго года обучения.**I. Вводное занятие.**

Ознакомление с целями, задачами и содержанием работы на новый учебный год. Демонстрация работ, выполненных учащимися за лето. Инструктаж по ТБ.

Цели и задачи:

Познакомить учащихся с новыми членами объединения. Напомнить правила ТБ.

Формы, методы, технологии:

Беседа, демонстрация готовых изделий. Инструктаж по ТБ.

II. Вязание**2.1. Подготовка к работе.**

Повторение приемов и методов вязания, изученных на первом году обучения.

Цели и задачи:

Вспомнить изученные ранее приемы и методы вязания.

Формы, методы, технологии:

Беседа, практическая работа.

2.2. Приемы вязания крючком, техника их исполнения.

Лицевые (выпуклые) и изнаночные (западающие) столбики с накидом, пучок из двух недовязанных столбиков с накидами, столбики с общей вершиной (сокращенные столбики), «бугорки».

Контрольно-практические задания:

Выполнить образцы узоров с использованием данных приемов вязания.

Цели и задачи:

Объяснить технику выполнения вышеуказанных приемов вязания, научить вывязывать узоры с их использованием.

Формы, методы, технологии:

Беседа, объяснение, демонстрация образцов, выполнение заданий в творческих группах, работа с литературой, физкультминутки.

2.3. Способы вязания крючком.

Способы введения крючка: под петлю и столбики ранее связанных рядов, под столбик сзади или спереди. Многоугольники (треугольник, связанный от середины стороны).

Цели и задачи:

Объяснить учащимся различные способы введения крючка. Объяснить принципы вывязывания многоугольников. Научить использовать полученные теоретические знания и практические навыки при изготовлении изделий (прихваток, шалей)

Контрольно-практические задания:

Связать образцы узоров, используя различные способы введения крючка. Связать образцы многоугольников, используя прибавление и убавление петель.

Формы, методы, технологии:

Беседа, объяснение, демонстрация образцов, работа с литературой, физкультминутки, игры на развитие творческих способностей.

2.4. Узоры и модели для ажурного вязания.

Узоры для ажурного вязания из тонких нитей на основе изученных приемов. Техника «Филе». Правила вывязывания «закрытых» клеток. Косая филейная сетка. Ажурное вязание по кругу. Салфетки, особенности изготовления. Обработка изделий (советы по отпариванию, накрахмаливанию).

Цели и задачи:

Объяснить особенности работы с тонкими нитями. Рассказать о технике «Филе», научить вывязывать узоры на основе филейной сетки. Научить вязать косую филейную сетку.

Контрольно-практические задания:

Выполнить образцы узоров по данной теме.

Формы, методы, технологии:

Объяснение, демонстрация образцов, работа с литературой, индивидуальная работа, игры на развитие творческих способностей, физкультминутки.

2.5. Узоры и модели для плотного вязания крючком.

Узоры и модели для плотного вязания крючком на основе изученных ранее приемов. Цветные узоры на основе изученных приемов вязания.

Цели и задачи:

Ознакомить детей с принципами вязания плотных одноцветных узоров. Научить выполнять простейшие цветные узоры. Объяснить правила ввода нити нового цвета.

Контрольно-практические задания:

Выполнить узоры по теме.

Формы, методы, технологии:

Объяснение, демонстрация образцов, работа с литературой, индивидуальная работа, игры на развитие творческих способностей, физкультминутки.

2.6. Изделия, выполненные крючком:

- шарф, пинетки;
- объёмные сувениры.

Цели и задачи:

Выполнение данных работ способствует закреплению теоретических знаний, полученных на занятиях. Лучшие из выполненных изделий экспонируются на выставках различного уровня.

Формы, методы, технологии:

Индивидуальная работа, консультации.

III. Работа с бумагой и картоном.

Внимание уделяется изучению и применению более сложных приемов работы с бумагой и картоном. Особенности работы с гофрокартоном. Выполняются работы, требующие большего внимания и сосредоточенности. Соединение бумажных деталей с помощью клея ПВА, клеящего карандаша, степлера, нитей. Разрезание бумаги с помощью канцелярского ножа.

Цели и задачи:

Повторить правила работы с бумагой и картоном. Научить создавать объемные поделки из отдельных деталей.

Контрольно-практические задания:

Выполнить поделки из бумаги и картона на основе представленных образцов и по индивидуальному проекту.

Формы, методы, технологии:

Рассказ, беседа, объяснение, демонстрация готовых образцов, индивидуальная и групповая работа, физкультминутки.

2. Изделия, выполненные из бумаги и картона.

- аппликации из бумаги и картона на различную тематику;

- объёмные поделки (цветы, панно и т.д.)

Цели и задачи:

Выполнение данных работ способствует закреплению теоретических знаний, полученных на занятиях. Лучшие из выполненных изделий экспонируются на выставках различного уровня.

Формы, методы, технологии:

Работа по образцу, индивидуальная работа, консультации.

IV. Работа с природным и бросовым материалом.

1. Подготовка к работе

Повторение правил заготовки и хранения природного сырья, изученных на первом году обучения. Художественные приемы изготовления поделок из данных материалов – аппликация из листьев, создание объемных поделок.

Цели и задачи:

Закрепить у учащихся полученные ранее знания. Способствовать дальнейшему изучению природного материала и приемов работы с ним.

Контрольно-практические задания:

Выполнить объемные поделки из природного и бросового материала.

Формы, методы, технологии:

Беседа, объяснение, демонстрация готовых изделий, групповая и индивидуальная работа, физкультминутки.

2. Изделия, выполненные из природного и бросового материала.

- панно с использованием ракушек;

- декорирование поделок семенами растений;

Цели и задачи:

Выполнение данных работ способствует закреплению теоретических знаний, полученных на занятиях. Лучшие из выполненных изделий экспонируются на выставках различного уровня.

Формы, методы, технологии:

Индивидуальная работа, консультации.

V. Развивающие игры.

- Игры на развитие личностных качеств (памяти, внимания, наблюдательности): «Проверка памяти», «Найди ошибку», «Вспомни не глядя», «Цвет и форма», «Составь слово».

- Игры на развитие логического мышления, координации движений рук и глазомера: «Логические задачи», «Сложи из спичек».

Цели и задачи:

Раскрыть и развить индивидуальные способности учащихся, сформировать положительные качества личности. Помочь учащимся развить свои интересы.

Формы, методы, технологии:

Объяснения, упражнения. Коллективные и индивидуальные игры.

VI. Экскурсии.

На выставки декоративно-прикладного творчества. Посещение занятий других объединений.

Цели и задачи:

Знакомство с многообразием работ, выполненных различными видами рукоделия.

Формы, методы, технологии:

Беседы с представителями других объединений и участниками выставок.

VII. Аттестация обучающихся.

Аттестация обучающихся. Подведение итогов работы за год. Практическое тестирование. Поощрение самых активных членов кружка.

Цели и задачи:

Определить эффективность образовательного процесса. Заинтересовать в продолжении занятий в кружке.

Формы, методы, технологии:

Представление собственных работ.

VIII. Резерв.

Формы, методы, технологии:

Повторение изученного материала. Индивидуальная работа. Проведение экскурсий.

Учебный план третьего года обучения.

№ п/п	наименование темы	всего часов	теория	практика	формы аттестации и контроля
I.	Вводное занятие.	2	1	1	Практическое тестирование.
II.	Вязание крючком.	92	18	74	Зачётная работа.
III.	Работа с шерстью, фетром.	20	8	12	Зачётная работа.
IV.	Взаимосвязь различных видов рукоделия.	10	2	8	Выставка.
V.	Развивающие игры.	8	2	6	Решение ситуационных

					задач.
VI.	Экскурсии.	2	2	0	Рейтинг понравившихся работ.
VII.	Аттестация обучающихся.	2	1	1	Защита творческого проекта.
VIII.	Резерв.	8	-	-	
	Итого:	144	34	102	

Содержание учебного плана третьего года обучения.

I. Вводное занятие.

Ознакомление с целями, задачами и содержанием работы на новый учебный год. Демонстрация работ, выполненных учащимися за лето. Инструктаж по ТБ.

Цели и задачи:

Познакомить учащихся с новыми членами объединения. Напомнить правила ТБ.

Формы, методы, технологии:

Беседа, демонстрация готовых изделий, инструктаж, тестирование.

II. Вязание.

1. Приемы вязания крючком, техника их выполнения.

Кольцо «амигуруми»; витой столбик; столбики с бахромой.

Контрольно-практические задания:

Выполнить образцы узоров с использованием данных приемов вязания.

Цели и задачи:

Объяснить принцип выполнения вышеуказанных приемов вязания, научить правильно их выполнять и применять в работе.

Формы, методы, технологии:

Беседа, объяснение, демонстрация образцов, индивидуальная и групповая формы работы, физкультминутки.

2. Способы вязания крючком.

«Меховое» вязание. Вязание из отдельных мотивов. Круговое объемное вязание (на примере изготовления шапочки или берета). Цветное вязание (вывязывание орнамента).

Цели и задачи:

Ознакомить учащихся с данными способами вязания, научить применять полученные знания на практике.

Контрольно-практические задания:

Выполнить образцы (или работы по своему выбору) с учетом изучаемых тем.

Формы, методы, технологии:

Демонстрация образцов и готовых изделий, создание проблемных ситуаций, объяснение, работа с использованием литературы, игры на развитие творческих способностей.

3. Тунисское вязание (вязание длинным крючком).

Инструменты и приемы вязания; особенности трикотажного полотна, связанного длинным крючком. Принципы вязания.

Контрольно-практические задания:

Выполнить образцы узоров по данной теме.

Цели и задачи:

Ознакомить учащихся с основами вязания длинным крючком, научить вывязывать различные виды узоров.

Формы, методы, технологии:

Объяснение, демонстрация образцов, самостоятельная работа с использованием литературы, задания на развитие творческих способностей, физкультминутки.

4. Основные этапы творческого процесса.

Самостоятельное изготовление изделия (индивидуальная работа).

Этапы выполнения вязаных изделий:

- выбор изделия (с учетом предпочтения учащегося)
- выбор узора, пряжи, вязание образца
- определение плотности вязания узора
- расчет количества воздушных петель цепочки для начала работы
- снятие мерок, построение выкройки (при необходимости)
- вывязывание изделия или его деталей
- обработка и соединение деталей
- отделка изделия

Цели и задачи:

Закрепить на практике все этапы выполнения самостоятельной работы

Контрольно-практические задания:

Выполнить индивидуальную работу с дальнейшей защитой «творческого проекта»

Формы, методы, технологии:

Консультации, работа с литературой, индивидуальная работа, защита «творческого проекта», физкультминутки.

5. Изделия, выполненные крючком.

Основные работы, выполняемые членами объединения на третьем году обучения: берет (шапочка), топ, объемные сувениры.

Цели и задачи:

Выполнение данных работ способствует закреплению теоретических знаний, полученных на занятиях. Лучшие из выполненных изделий экспонируются на выставках различного уровня.

Формы, методы, технологии:

Индивидуальная работа, творческие советы, создание проблемных ситуаций, знакомство с новинками литературы, посещение выставок и участие в них.

III. Работа с шерстью (валяние, фелтинг), фетром.

1. Подготовка к работе.

История войлоковаления. Шерсть для валяния. Её особенности. Инструменты для валяния. Техника безопасности при работе с иглами. Постановка рук при отрывании отдельных прядей шерсти от пасмы. Смешивание шерсти различных цветов (вручную, с помощью пуходерки).

Цели и задачи:

Ознакомить учащихся с историей войлоковаления. Научить безопасной работе с иглами для валяния. Научить правильно работать с шерстью.

Контрольно-практические задания:

Применить полученные знания на практике.

Формы, методы, технологии:

Рассказ, объяснение, беседа, практическая работа.

2. Изготовление поделок из шерсти и фетра.

Изготовление плоских сувениров (магниты, брошки). Изготовление объемных сувениров (цветы). Изготовление картин из шерсти. Вышивка по фетру. Украшение изделий из шерсти и фетра бисером.

Цели и задачи:

Ознакомить детей с основами сухого (с помощью специальных игл) и мокрого (с помощью горячего мыльного раствора и трения) валяния. Закрепить на практике полученные знания по сухому и мокрому (при наличии необходимых условий) валянию. Научить детей работе с фетром.

Контрольно-практические задания:

Изготовить поделки в данной технике рукоделия.

Формы, методы, технологии:

Рассказ, объяснение, беседа, демонстрация готовых образцов, практическая работа, игры на развитие внимания и памяти, физкультминутки.

IV. Взаимосвязь различных видов рукоделия.

Изготовление изделий с использованием изученных за время обучения видов рукоделия.

Контрольно — практические задания:

Выполнить изделия, применяя различные техники рукоделия.

Цели и задачи:

Показать взаимосвязь различных видов рукоделия. Способствовать развитию нестандартного мышления, творческих способностей.

Формы, методы, технологии:

Объяснение, работа с литературой, творческие советы, групповая и индивидуальная работа, создание проблемных ситуаций.

V. Развивающие игры.

- логические и развивающие игры: «сколько раз повторилась буква?», «логогриф», «построй цепочку», «каркас», «синонимы», «спроси соседа» и т.д.

Цели и задачи:

Раскрыть и развить индивидуальные способности учащихся, сформировать положительные качества личности. Помочь учащимся развить свои интересы.

Формы, методы, технологии:

Объяснение, упражнения, коллективные и индивидуальные игры.

VI. Экскурсии.

На выставки декоративно - прикладного творчества.

Цели и задачи:

Познакомить учащихся с многообразием изделий, выполненных различными видами рукоделия.

Формы, методы, технологии:

Беседа с экскурсоводом, обсуждение работ, привлечших наибольшее внимание.

VII. Аттестация обучающихся.

Аттестация обучающихся. Практическое тестирование. Подведение итогов работы за год. Поощрение наиболее активных членов объединения.

Цели и задачи:

Определить эффективность образовательного процесса, наметить план работы на новый учебный год с учетом пожеланий детей, желающих продолжать обучение.

Формы, методы, технологии:

Представление собственных работ, тестирование.

VIII. Резерв.

Формы, методы, технологии:

Повторение изученного материала. Индивидуальная работа. Проведение экскурсий.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ:**Материально-техническое обеспечение:**

1. Кабинет;
2. Папка-накопитель по темам;
3. Образцы:
 - узоров;
 - нитей различной фактуры, пряжи, шерсти и т.д.;
 - бумаги различных видов, картона ;
 - готовых изделий;
4. Инструменты и подсобные материалы (*в расчёте на 1 обучающегося*):
 - набор крючков для вязания -1;
 - набор игл для валяния -1;
 - иголки и булавки;
 - ножницы -1;
 - фигурные дыроколы;
 - линейки, угольник, циркуль;
 - сантиметровая лента -1;
 - трафареты;
 - клей ПВА, клеящий карандаш-1;
5. Копилка декоративных элементов, разнообразной фурнитуры, природного материала.

Информационное обеспечение: фото и интернет источники.

Формы контроля знаний (аттестации):

1. Первичное и итоговое практическое тестирование обучающихся.
2. Промежуточный контроль:
 - зачётная работа: выполнение индивидуальных практических заданий различных уровней сложности;
 - решение ситуационных задач, направленных на проверку умения использовать приобретенные знания на практике;
 - рейтинг понравившихся работ.
3. Итоговый контроль:
 - выполнение изделия по единой предложенной схеме;
 - творческий проект, выполняемый по собственным эскизам с использованием различных техник и материалов.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

зачётная готовая работа, журнал посещаемости, материал анкетирования и тестирования, перечень готовых работ, фото, отзыв детей и родителей, диплом и свидетельство (сертификат) по результатам участия в выставках.

Формы предъявления и демонстрации результатов:

зачетная готовая работа, диагностическая карта, защита творческих работ (проектов), контрольная работа, открытое занятие, итоговая выставка, портфолио.

Оценочные материалы:**Диагностика освоения образовательной программы «Рукодельница».****Диагностика I, II год обучения**

Тестируемые ЗУН	Ф.И. обучающихся							
Знание и соблюдение правил ТБ								
Умение правильно пользоваться крючком, ножницами, булавками								
Знание названий и условных обозначений основных приемов вязания крючком								
Умение выполнять основные приемы вязания крючком								
Умение прибавлять и убавлять петли								
Умение вязать узоры с использованием схемы								
Умение вязать по кругу и по спирали								
Знание правил ввода нитей нового цвета								
Умение аккуратно соединять детали при изготовлении сувениров								
Знание правил обработки вязаных изделий (салфеток)								
Умение вывязывать многоугольники								
Умение вывязывать изделия из отдельных мотивов								
Умение самостоятельно выполнять работу по образцу								
Знания правил сбора и хранения природного материала								
Умение изготавливать поделки из различных видов природных и бросовых материалов								
Умение правильно работать с шаблонами								

Н - низкий уровень;

Н/С - уровень ниже среднего;

Ср - средний уровень;

В- высокий уровень.

Диагностика III, IV год обучения.

Тестируемые ЗУН	Ф.И. обучающихся									
Знание и соблюдение правил ТБ										
Умение правильно пользоваться крючком, ножницами, булавками, иглами										
Знание названий и условных обозначений основных приемов вязания крючком										
Умение выполнять основные приемы вязания крючком										
Умение вязать из отдельных мотивов										
Умение выполнять цветное вязание										
Умение выполнять объемные работы, связанные по кругу										
Умение работать с тонкой пряжей										
Умение аккуратно соединять детали при изготовлении сувениров										
Знание правил обработки вязаных изделий (салфеток)										
Умение вывязывать многоугольники										
Знание правил работы с шерстью и фетром										
Умение изготавливать работы из шерсти и фетра										
Умение выполнять изделия по самостоятельно разработанному эскизу										
Умение самостоятельно выполнять работы средней степени сложности										
Умение изготавливать работы, используя различные виды техник рукоделия										

Н - низкий уровень;

Н/С - уровень ниже среднего;

Ср - средний уровень;

В - высокий уровень.

Методы обучения:

словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, исследовательский, проблемный; игровой, дискуссионный, проектный.

Формы организации ОП:

индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая.

Формы организации занятия:

рассказ, беседа, экскурсия, встреча, выставка, защита проектов, ролевая игра, конкурс, мастер-класс, практическое занятие, физкультминутки.

Педагогические технологии обучения:

- *развивающее обучение* (способ организации обучения, при котором содержание, методы и формы учебного процесса ориентированы на всестороннее развитие ребенка);
- *проблемное обучение* (обучение, которое направлено на развитие самостоятельности ученика. Основной идеей этого подхода является построение учебной деятельности через решение познавательных учебных задач или заданий, имеющих незаполненные места, недостаточные условия для получения ответа);
- *разноуровневое обучение* (это педагогическая технология организации учебного процесса, в рамках которого предполагается разный уровень усвоения учебного материала, то есть глубина и сложность одного и того же учебного материала различна, что дает возможность каждому ученику овладеть учебным материалом на разном уровне в зависимости от способностей и индивидуальных особенностей личности каждого учащегося; это технология, при которой за критерий оценки деятельности ученика принимаются его усилия по овладению этим материалом, творческому его применению);
- *коллективная система обучения* (работа в постоянных и сменных парах, малых группах);
- *исследовательские методы* в обучении;
(организация поисковой, познавательной деятельности учащихся путём постановки педагогом познавательных и практических задач, требующих самостоятельного творческого решения);
- *проектные методы обучения* (развитие познавательных, творческих навыков учащихся, умений самостоятельно конструировать свои знания, умений ориентироваться в информационном пространстве, развитие критического мышления);
- *обучение в сотрудничестве* (командная, групповая работа);
- *здоровьесберегающие технологии* (организация здоровьесберегающей среды на занятиях).

Алгоритм учебного занятия. Структура различных типов занятий

Тип занятия	Основные элементы структуры занятия
Комбинированное занятие	Организационная часть <ul style="list-style-type: none"> • Проверка знаний ранее изученного материала и выполнение домашнего задания. • Изложение нового материала. • Первичное закрепление новых знаний, применение их на практике.
Занятие сообщения и усвоения новых знаний	Организационная часть <ul style="list-style-type: none"> • Изложение нового материала и закрепление его.
Занятие повторения и обобщения полученных знаний	Организационная часть <ul style="list-style-type: none"> • Постановка проблем и выдача заданий. Выполнение обучающимися заданий и решения задач. • Анализ ответов и оценка результатов работы, исправление ошибок. • Подведение итогов.

Занятие закрепления знаний, выработки умений и навыков	<p>Организационная часть</p> <ul style="list-style-type: none"> • Определение и разъяснение цели занятия. Воспроизведение обучающимися знаний, связанных с содержанием предстоящей работы. • Сообщение и содержание задания, инструктаж его выполнения. • Самостоятельная работа обучающихся под руководством педагога. • Обобщение и оценка выполненной работы.
Занятие применения знаний, умений и навыков	<p>Организационная часть</p> <ul style="list-style-type: none"> • Определение и разъяснение целей занятия. Установление связи с ранее изученным материалом. • Инструктаж по выполнению работы. Самостоятельная работа обучающихся, оценка ее результатов.

Методические материалы:

- раздаточные материалы: схемы узоров, инструкции-описания выполнения изделий;
- образцы пряжи (разной толщины, цвета, скрученности, фактуры, состава);
- образцы изделий (плоских, объёмных, комбинированных);
- образцы узоров (плотных, ажурных, однотонных, с использованием пряжи разного цвета и фактуры).

Литература:

1. Литература по вязанию:

- Кришталева В.С. «Вязание узоров крючком» М., Легпромбытиздат, 2011г.
- Терешкович Т.А. «Учимся вязать крючком» Минск, 2012г.
- Сокол И.А. «Энциклопедия рукоделия» М.; ООО «Издательство АСТ», 20013г.

2. Литература по работе с войлоком

- Кокарева И. «Живописный войлок» М.; «АСТ-Пресс», 2011г.

3. Литература по работе с природным материалом

- Белякова О.В. «Поделки из природных материалов» М.; ООО «Издательство АСТ», 2009г.

4. Литература по работе с бумагой

- Г. Корнева «Поделки из бумаги» М.; ИД «Кристалл», 2010г.

5.Развивающая Литература:

- Агеева И.Д. «Веселые загадки для всех детских праздников» М., Творческий центр, 2012г.
- Винокурова Н. «Лучшие тесты на развитие творческих способностей» М., «АСТ -Пресс», 2014г.
- Зак А. «500 занимательных логических задач для школьников» М., ЮНВЕС, 2014г.
- Ильина В.А. «Игры, конкурсы, развлечения» Волгоград «Учитель-АСТ», 2013г.
- «Смекалка для малышей» Москва «Омега» 2012г.

2.Интернет-ресурсы:

- <http://kru4.com/>- Вязание крючком;
- <http://vse-sama.ru/vjazanie-krjuchkom/blog.html> - Всё о вязании;
- <https://www.mastera-rukodeliya.ru/2010-09-02-14-19-47/vyazanie-kruchkom/3983-zaichki.html> - Всё о рукоделии;
- <http://www.o-detstve.ru/forteachers/primaryschool/handworkclass/2931.html> - Портал для детей, родителей и педагогов;
- <http://www.diy.ru/hub/felting/>- Валяние из шерсти;

- <http://masimmo.ru/post216876106/> - Картины из ткани и бумаги;
- <http://stranamasterov.ru/technics/parting-off> - Страна мастеров - Торцевание;
- <http://www.livemaster.ru/topic/86435-bumazhnaya-korzinka> – Ярмарка мастеров;
- <http://www.by-hand.ru/group/view/386> - Творчество с детьми и для детей;
- <http://luntiki.ru/blog/podelki/> - Детское творчество – аппликации, поделки из цветной бумаги, картона, пластилина;
- http://www.liveinternet.ru/users/galina_gr/post274091716/ - Аппликации и поделки из природного материала;
- http://www.vsehobby.ru/podelka_jozhik.html - поделки из природного материала;
- <http://mama.ru/stream/creatives/81> - поделки из бросового материала;
- http://www.liveinternet.ru/users/ludmila_mila_ya99/post276611710/ - панно и коллажи из природных материалов;

Приложение №1

Релаксационный комплекс.

Занимаясь рукоделием, дети проводят много времени сидя в напряженной позе и быстро устают. Большинство мышц у сидящего человека испытывают постоянную статическую нагрузку. Устают поясница, спина, плечи, шея, глаза, снижается работоспособность. Поэтому, прежде всего при работе необходимо выбрать правильную позу. Обязательно опирайтесь о спинку стула, чтобы облегчить нагрузку на мышцы спины. При работе не следует излишне наклонять голову. Расстояние от глаз до рассматриваемого предмета - 30-35 см.

Для снятия утомления необходимо делать легкие разминки (физкультминутки) продолжительностью 3-5 мин. Каждое упражнение выполняется 8-10 раз с наибольшей амплитудой движения.

Как снять усталость и избежать появления болей в спине:

1. согните руки в локтях под прямым углом, пальцы разведите. Последовательно, начиная с мизинца, веерообразным движением согните пальцы в кулак. Затем, начиная с большого пальца, разогните. После этого проделайте упражнение, сгибая первым большой палец. Закончив упражнение, поднимите руки вверх, потрясите расслабленными кистями;
2. стоя, ноги на ширине плеч. Поднимайте и опускайте плечи. Поднимая плечи, делайте вдох, опуская - выдох. Затем проделайте круговые движения плечами вперед и назад;
3. встаньте спиной к столу на расстоянии полушага, ноги на ширине плеч, руки - на столе. Не сдвигая ног с места, поверните туловище налево так, чтобы оказаться лицом к столу, и положите руки на его край - выдох. Вернитесь в исходное положение – вдох.

Как избежать появления болей в области шеи:

движения для головы и плечевых суставов - выполняются в медленном темпе, плавно, с постепенно увеличивающейся амплитудой, Каждое упражнение повторяйте 6-8 раз.

1. поднимите и опустите голову.
2. поверните голову сначала в одну, затем другую сторону.
3. наклоните голову в одну, затем в другую сторону.
4. положив кисти рук на затылок и оказывая сопротивление, попытайтесь отклонить голову назад.

Как снять усталость с плеч и рук:

Почувствовав усталость в области плечевого пояса и рук, выполняйте следующие упражнения (в медленном темпе):

1. сидя на стуле, руки на поясе. На счет 1-2 - плечи вперед, голову на грудь. 3-4 - плечи назад, сведите лопатки. Грудь выдвиньте вперед, голову назад, повторите 4-6 раз.

2.сидя на стуле. На счет 1-2-3 - руки вверх, руки в стороны одновременно с круговыми движениями расслабленными кистями. На счет 4 - руки свободно опустите вниз.

Если во время занятий рукоделием руки быстро устают, делайте специальные упражнения, которые не только послужат активным отдыхом, но и помогут увеличить силу и подвижность пальцев:

1. исходное положение - пальцы сжаты в кулак. На счет 1-4 -кругообразное движение кистью влево. На счет 5-8 - то же вправо. Упражнение повторить 10-12 раз.

2. исходное положение - пальцы выпрямлены, большой палец отведен в сторону. 10-12 раз проделайте кругообразные движения большим пальцем влево и вправо.

3. исходное положение - пальцы выпрямлены. 10-20 раз согните и разогните пальцы в двух первых фалангах.

Как снять усталость с глаз:

Если от занятий у вас начало щипать глаза, сделайте перерыв, во время которого попеременно закрывайте их ладонью.

В медленном темпе выполняйте следующие упражнения:

1. закройте глаза на 10-15 секунд;

2. посмотрите на кончик носа, затем посмотрите вдаль;

3. с закрытыми глазами выполните круговые движения вправо и влево. Повторите несколько раз

Полезно погримасничать перед зеркалом - это поднимет настроение и одновременно расслабит глазную мускулатуру.